Secrets de famille,
une introduction aux phénomènes transgénérationnels

S. Tisseron*

Un secret de famille n'est pas seulement quelque chose que l'on ne dit pas. C'est à la fois quelque chose qu'on ne dit pas, qu'il est interdit de connaître et qui est douloureux pour le parent concerné. Dans un secret, la souffrance de son porteur, qu'elle soit ou non reconnue par lui, est en effet un élément essentiel des ricochets qu'il peut faire entre plusieurs générations.

Bons et mauvais secrets

Tous les secrets ne sont pas mauvais, loin s'en faut. Les pensées qui nous viennent à l'esprit et dont nous ne parlons à personne, nos fantasmes et nos rêveries, la vie intime qui unit chacun au(x) partenaire(s) qu'il se choisit, la vie privée à travers laquelle se tissent les liens familiaux, les relations proches que nous refusons de porter sur la place publique... sont autant de secrets importants et structurants. La vie psychique individuelle ne se construit même que sur la possibilité du secret. Le moment où un petit enfant commence à mentir est essentiel. Il y découvre que ses parents ne lisent pas dans ses pensées et accède du même coup à la certitude d'avoir une vie psychique à lui. Si cette conviction n'est pas mise en place, l'enfant continue de croire que les adultes devinent ce qui se passe dans son esprit, et il peut en résulter des troubles psychologiques et relationnels graves. On ne peut d'ailleurs que regretter la tendance qu'ont certains adultes d'entraver ce développement normal en essayant de faire croire le plus longtemps possible à leurs enfants qu'ils devinent leurs pensées, même si c'est avec des phrases anodines comme : "Je vois tout de suite quand tu veux me mentir", ou : "Dès que tu ne me dis pas la vérité, ton nez s'allonge".

Le secret est également fondateur de l'espace de liberté de chacun au sein d'un groupe. La distinction que les sociétés démocratiques établissent entre espace privé et espace public est absolument essentielle. Tous les gouvernements totalitaires rêvent de l'abolir et d'établir un contrôle absolu sur tous les aspects de la vie de leurs ressortissants, aussi bien privés que publics. Le romancier Orwell a décrit le caractère effrayant et inhumain d'une telle entreprise dans son roman *1984*. Les sujets soumis au pouvoir de *Big Brother* ont si peu de "secrets" pour lui qu'il peut imposer à chacun, selon son bon vouloir, une torture qui correspond à ce que celui-ci redoute le plus au monde : l'impossibilité du secret engendre la possibilité de la torture absolue.

Ainsi le secret est-il fondateur à la fois de la vie psychique personnelle et du lien avec les autres. C'est pourquoi les secrets ne sont ni bons ni mauvais en eux-mêmes. Dès lors, à quel moment passe-t-on des secrets structurants et fondateurs pour la vie psychique aux secrets destructeurs ? La langue française nous guide dans la compréhension de cette distinction. On y parle de "garder un secret", mais aussi d'être "mis dans le secret", et même d'être "mis au secret". L'expression "garder un secret" met l'accent sur le caractère actif de celui qui garde le secret. En revanche, "être mis dans un secret" est souvent angoissant ! Cela peut obliger à partager des choses que l'on aurait préféré ignorer et dont on se trouve fort embarrassé. Enfin, quelqu'un peut être "mis au secret", c'est-à-dire gardé secrètement de telle façon que personne ne sache où il est enfermé, ni s'il est enfermé. De façon générale, le secret devient une gêne et un handicap à partir du moment où nous cessons de le garder pour être gardé par lui, autrement dit, au moment où nous avons l'impression de devenir son prisonnier. Nous ne sommes pas loin, alors, de commencer à nous sentir torturé par lui. Et tout se complique encore par le fait que certains secrets nous travaillent à notre insu et engendrent des souffrances, physiques ou psychologiques, sans que nous nous rendions compte de leur origine.

Enfin, il peut également arriver que le secret qui nous travaille ne soit pas le nôtre. Par exemple, sentir qu'un proche nous cache quelque chose peut nous préoccuper gravement. Nous pouvons même être torturé par un tel secret comme s'il nous était personnel, en souffrant de nous en sentir exclu, alors que nous désirerions au contraire que celui qui nous l'oppose le partage avec nous. À la limite, de la même façon que nous pouvons être travaillés par un secret personnel à notre insu, nous pouvons l'être inconsciemment par le secret d'un autre. C'est ce phénomène qui explique les ricochets des secrets entre les générations.

À l'origine des secrets de famille

Dans les cas les moins graves, le parent qui a vécu un événement douloureux traumatisant peut en parler à quelques proches et s'en parler à lui-même. Mais, dans les cas les plus graves, il ne peut même pas s'en parler à lui-même. Ces parents qui cachent quelque chose d'important à leur enfant (qu'ils puissent ou non s'en parler à eux-mêmes) ne présentent en général pas de troubles psychiques. Ils arrivent à faire comme si ce qui les dérange n'existait pas.

Mais la personne qui a vécu une expérience importante et pénible – et qu'on peut qualifier pour cela de "traumatique" – s'en est toujours donné certaines représentations, le plus souvent émotives et mimogestuelles : preuve en est que cette personne s'émeut quand elle y pense, pleure ou se met en colère. Mais, par ailleurs, elle est incapable de raconter cet événement : elle manque de mots pour le dire. Or, si cette personne a un enfant, celui-ci va se trouver, de ce fait, confronté à de grandes difficultés : son parent lui manifeste des émotions, des sensations et des états du corps en relation avec une expérience forte, mais sans pouvoir confirmer à l'enfant la

* *Paris.*

nature de ce qu'il éprouve et encore moins lui en expliquer la raison. Ses attitudes et ses gestes peuvent, notamment, entrer en contradiction avec les mots qu'il prononce, mais aussi entre eux et être même parfois totalement déplacés par rapport à la situation. Par exemple, une mère qui regarde son enfant en souriant cesse soudain de sourire et s'assombrit, ou bien un père qui tient son enfant sur ses genoux en regardant la télévision se raidit soudain et écarte l'enfant de lui. De tels changements brusques d'attitude, de mimique, de comportement ou d'intonation ont toujours une cause précise. Par exemple, cette mère a cru soudain voir dans le regard de son enfant, ou même dans la seule forme de son visage, quelque chose qui lui a rappelé le visage de son propre frère à un moment où elle a eu très peur de lui. Et ce père qui regardait tranquillement la télévision avec son fils a soudain été bouleversé parce qu'un mot ou une image a réveillé un souvenir désagréable de son histoire passée. Au travers de ces "suintements" du secret – qui peuvent être aussi bien des mots répétés, des lapsus ou des comportements – l'enfant pressent une souffrance de son parent.

À la génération suivante, sa personnalité perturbée trouble à son tour ses propres enfants. Ceux-ci ne peuvent pas imaginer que les bizarreries de leur parent sont liées à un secret, et ils en conçoivent une conception du monde désespérée sur laquelle peuvent se développer des troubles apparemment dénués de tout sens, comme la toxicomanie ou la délinquance... Enfin, chaque génération confrontée à un secret qu'elle ne maîtrise pas a tendance à construire ses propres secrets en réaction. Après la troisième génération, le souvenir du secret initial est effacé, mais de nouveaux secrets sont apparus. Ainsi existe-t-il de véritables "familles à secrets" dans lesquelles l'origine du secret initial s'est perdue, mais où la règle du secret perdure. De telles familles engendrent parfois un créateur dont la force est de nous faire croire aux histoires qu'il raconte... et aussi parfois de grands dissimulateurs qui peuvent mettre leur talent au service d'une carrière, d'une cause ou d'un parti.

Prenons un exemple. Aussi loin qu'il s'en souvienne, Jean-Pierre s'était toujours heurté à une très vive hostilité de ses parents toutes les fois qu'il écoutait du jazz dans sa chambre. Cette musique semblait particulièrement déplaire à ses parents sans que, pour autant, ceux-ci semblent pouvoir le justifier de manière raisonnable. Les danses et les musiques des années 1970 et 1980 ne leur faisaient pas du tout le même effet, et Jean-Pierre avait longtemps pensé que cette tolérance pour les musiques de leur adolescence était liée au souvenir du plaisir qu'ils y avaient pris. Mais il découvrit plus tard, alors qu'il était jeune adulte, un secret familial qui lui fit voir les choses bien différemment. La grand-mère paternelle de Jean-Pierre avait eu, à la libération, une aventure amoureuse avec un militaire américain qui l'emmenait écouter des orchestres de jazz. À tel point que la question avait même plusieurs fois préoccupé le grand-père de Jean-Pierre et son propre père de savoir si l'enfant dont elle avait été alors enceinte n'aurait pas été le fruit de ces amours illicites avec ce militaire ! L'angoisse que le père de Jean-Pierre avait tissé autour de cette éventualité l'avait même conduit à écarter tout ce qui pouvait la rappeler. La musique de jazz en faisait évidemment partie, en évoquant pour lui les sorties nocturnes de sa mère et du beau militaire américain inconnu. C'est pourquoi il l'avait bannie de son environnement sonore. Mais, du même coup, ce père avait imposé à son fils son propre choix sans, bien sûr, lui en expliquer les raisons et celui-ci avait obéi à cette règle absurde sans la comprendre. On peut dire que la musique de jazz était, dans cette famille, à la fois ce qui cachait le secret et ce qui le révélait. Un secret familial peut ainsi être enfoui dans une image, un tableau, un récit, une plaisanterie, une recette de cuisine, ou une même un morceau de musique ! Et, parfois, un secret peut emprunter successivement plusieurs de ces masques pour porter son ombre sur les méthodes éducatives ou les loisirs d'un groupe familial, de telle façon que la perception du monde que les enfants construisent s'en trouve influencée à leur insu, cette situation provoquant autant de "ricochets" d'un secret sur plusieurs générations.

Suintements, feintise et secret

Le propre d'un secret n'est pas seulement de ne pas être dit avec des mots. Il est tout autant "dit" selon d'autres canaux de communication : gestuel, tonal, mimique... Ces autres formes d'expression du secret sont en fait d'autres formes de symbolisation. Que ces diverses formes de symbolisation ne soient pas congruentes constitue les suintements du clivage.

Lorsqu'un événement est gardé secret, il divise en effet toujours le psychisme de celui qui le garde. Cette division "sécrète" des conduites et des paroles contradictoires ou paradoxales pour l'enfant. Toujours, un secret "suinte"... Au travers de ces "suintements" du secret – qui peuvent être aussi bien des mots répétés, des lapsus ou des comportements –, l'enfant pressent une souffrance de son parent.

L'expression qui désigne le mieux la situation d'un tel enfant confronté aux suintements d'un clivage est peut-être l'ancien mot de "feintise". Ce terme du XII^{e} siècle, tombé en désuétude aujourd'hui, était notamment employé dans les romans de la Table Ronde pour désigner la ruse par laquelle une personne prend la place d'une autre afin de se faire passer pour elle. Le propre de la "feintise" est de créer un statut d'ambiguïté de la croyance. Le récepteur du message est coupé en deux : il reçoit des indices contradictoires qu'il ne peut pas rapporter à un système de croyance unique. Tel est bien le problème d'un enfant confronté à un secret : il ne sait pas quel statut attribuer à ce qu'il perçoit. Cette façon de considérer le secret permet de comprendre qu'un parent puisse "tromper" un enfant et le perturber gravement sans le vouloir ni même parfois s'en rendre compte. Il "suffit" pour cela qu'il soit le porteur d'un secret qui divise son propre psychisme. Il importe donc peu de faire la distinction entre ce qui est dissimulé volontairement à un enfant – ce qu'on n'a pas encore eu l'occasion de lui dire, mais qu'on compte bien lui dire plus tard –, et ce qui coupe le parent en deux à son insu. Dans tous les cas, il résulte de cette situation que les expériences faites par l'enfant dans le domaine en liaison avec le secret qu'on lui cache sont morcelées. C'est pourquoi certains fragments de ces expériences vont être ensuite clivés et déniés.

Le secret de famille ne peut donc pas se définir seulement en termes de communication et de relation. Avant d'être une forme de relation, il est une forme d'organisation psychique, parfois partiellement consciente, mais d'autres fois totalement inconsciente. Cette distinction entre le secret comme phénomène relationnel et le secret comme phénomène psychique est essentielle. C'est pourquoi il serait utile d'écrire avec un "S" majuscule le Secret en tant qu'organisation mentale particulière correspondant au travail d'un secret dans le psychisme d'un sujet, afin de l'opposer clairement à toutes les formes de "secrets" relationnels qui appartiennent à la vie courante et normale. L'existence de secrets gardés volontairement dans une famille ne s'accompagne pas forcément d'une organisation psychique caractéristique du Secret chez l'un de ses membres. Ce qui caractérise le Secret, c'est le fait que la personnalité de son porteur soit coupée en deux, autrement dit clivée, et que ce clivage provoque chez ses proches des expériences qu'ils sont amenés à cliver à leur tour.

Signalons encore que les troubles liés à un Secret ne disparaissent pas forcément avec la divulgation de celui-ci. Les clivages et les dénis précoces que l'enfant a mis en place au cours d'expériences relationnelles avec des parents eux-mêmes clivés sous l'effet d'un Secret subsistent après la révélation de celui-ci. À la divulgation du Secret, l'enfant continue de fonctionner de façon clivée. Une partie de sa personnalité peut en tenir compte, mais celle qui a été clivée sous l'effet des distorsions des communications familiales continue de fonctionner comme si elle ne le savait pas.

Les mots de "suintements" du secret, de "feintise" et de "Secret" renvoient donc à la même chose, mais de trois points de vue différents. Les "suintements" du Secret sont ce qu'un observateur peut voir du clivage et des symbolisations partielles. C'est le point de vue objectif. La "feintise" est ce que l'enfant éprouve à leur contact. C'est le point de vue phénoménologique. Le Secret, enfin, est le clivage du parent responsable de ces suintements et également le clivage, différent, que l'enfant installe en lui sous l'effet de ce qu'il éprouve face aux suintements du Secret. C'est le point de vue métapsychologique.

Le drame de l'enfant qui pressent un secret

Considérés d'un point de vue extérieur, les secrets de famille consistent en événements gardés cachés sur plusieurs générations. En revanche, pour les enfants qui grandissent en y étant confrontés, l'important ne réside jamais dans l'événement initial, qu'il leur est de toute façon le plus souvent impossible de connaître, mais dans leurs questions, leurs doutes à son sujet, et, plus encore, dans les choix qui en découlent.

L'enfant qui pressent chez son parent une souffrance que celui-ci semble vouloir lui cacher s'engage alors dans trois séries possibles de questions qui correspondent à trois attitudes psychologiques possibles.

Tout d'abord, l'enfant peut imaginer qu'il est lui-même le responsable et le coupable de la souffrance qu'il pressent chez son parent. Cette pensée – et la série de questions qui en découlent pour lui – est plutôt caractéristique d'une attitude du tout petit enfant. Dans les premières années de la vie, en effet, l'enfant se sent volontiers l'origine et la cause de ce qu'il perçoit chez les adultes qui l'entourent. L'enfant qui imagine être coupable de ce qu'il ressent chez son parent va donc s'engager dans la voie d'être rongé par la culpabilité.

L'enfant plus grand peut s'imaginer que ses parents sont coupables de quelques actes terribles qu'ils voudraient lui cacher. Il n'est pas, alors, rongé par la culpabilité, mais, plutôt, il perd confiance dans ses parents et les adultes auxquels ceux-ci sont censés déléguer une partie de leurs pouvoirs, à savoir les enseignants.

Enfin, il est possible que l'enfant perde confiance en ses propres capacités. C'est notamment le cas lorsqu'il est confronté à des parents qui lui disent que les choses ne sont pas telles qu'il les a vues ou entendues. L'enfant a alors l'impression de ne plus pouvoir avoir confiance en ses possibilités, c'est-à-dire dans ce qu'il voit et ce qu'il entend mais aussi dans sa capacité à comprendre le monde. Un tel enfant perd alors confiance en lui et, à la limite, il peut finir par douter de la réalité de ce qu'il voit et de ce qu'il entend, voire de l'ensemble de ses capacités psychiques.

Sous l'effet du secret qu'il pressent, l'enfant est amené à couper en deux sa personnalité. D'un côté, il est obligé d'apprendre à repérer l'existence du secret douloureux à de multiples indices de manière à ne pas courir le risque de confronter trop brutalement son parent à cette zone douloureuse de sa personnalité. Mais, d'un autre côté, il est obligé de faire comme si ce secret n'existait pas. Un tel partage de sa personnalité a des effets immédiats. Il apprend à cacher ses sentiments, ses pensées et se replie souvent sur lui-même. Parfois, ce repli favorise ses activités intellectuelles mais, d'autres fois, il lui fait perdre toute confiance en lui-même ou dans les adultes qui l'entourent et présente des troubles scolaires et des crises d'angoisse. Par ailleurs, les enfants qui grandissent dans une famille à secret deviennent souvent à leur tour des adultes qui créent... de nouvelles situations de secrets ! Comme ils ne peuvent pas maîtriser les secrets dont ils sont victimes, ils tentent d'en créer d'autres qu'ils puissent contrôler ! Mais leurs enfants risquent bien d'en être gravement perturbés à leur tour. En tout cas, un secret de famille anodin – ou que tout le monde connaît et fait semblant d'ignorer – en cache bien souvent un autre, qui peut être très grave, apparu dans les générations précédentes. Heureusement, tous les traumatismes n'engendrent pas forcément un secret. Il est, en effet, toujours possible d'élaborer et de surmonter un traumatisme. Mais la plupart des secrets sont liés à un traumatisme non surmonté. Il peut s'agir d'un traumatisme individuel, comme un deuil ou une fausse couche, mais aussi de situations collectives : les catastrophes naturelles, les attentats et les guerres sont des sources importantes de secrets dans lesquelles le silence familial est redoublé par le silence social.

C'est pourquoi les parents doivent évoquer avec leur enfant les questions douloureuses qui les travaillent, non pas pour "tout lui expliquer", mais pour le rassurer sur le fait que ce n'est pas sa faute à lui s'ils souffrent. En outre, en parlant tôt de leurs questions, les parents se familiarisent peu à peu eux-mêmes avec les mots pour en parler, et, quand l'enfant est assez grand pour tout comprendre, les mots viennent facilement sur leurs lèvres !

Comment résoudre un secret de famille?

Il est bien évident que lorsque des parents ont jusque-là préservé un secret et qu'ils décident d'en parler à leur enfant, il n'est jamais question de "tout dire". Mais, encore une fois, il s'agit essentiellement de donner le droit à l'enfant de pouvoir se questionner et questionner ses parents et ses proches en évitant de créer chez lui un domaine qui resterait fermé à sa compréhension. En effet, lorsqu'un enfant grandit dans une famille à secrets, on s'aperçoit de l'extraordinaire capacité qu'il a à étouffer ses questions autour du sujet douloureux, qu'il apprend très vite à repérer chez ses parents et à taire. Mais le drame est que cette tendance subsiste lorsqu'il est devenu adulte : on voit alors des adultes apparemment curieux et cultivés avoir retranché de leur esprit toutes les questions possibles autour de problèmes spécifiques comme la naissance, la mort ou le suicide, en liaison avec un secret qu'ils ont très tôt pressenti dans leur famille.

Il est donc essentiel que les parents qui évoquent une situation du secret douloureux avec un enfant insistent d'abord sur le fait qu'il n'en est pas responsable. Et, pour cela, la réalité qui a jusque-là été cachée à l'enfant ne doit pas être évoquée comme un "secret", mais comme une chose dont il a été difficile de lui parler et autour de laquelle le parent reste à sa disposition pour lui apporter les informations qu'il pourrait souhaiter. Dans tous les cas, il est essentiel d'apprendre à traiter des secrets de famille comme il peut en être des questions de la sexualité. Il ne s'agit pas de donner en une seule fois à l'enfant toutes les informations dont l'adulte dispose mais simplement de signifier à l'enfant la liberté où il est de questionner et de comprendre. Un enfant qui est dans une telle situation avec ses parents peut alors entendre les choses les plus difficiles, car ces choses ne lui seront confirmées qu'au fur et à mesure qu'il aura la possibilité de s'en donner ses propres représentations, au rythme de sa propre maturation. Mais il est bien évident que, pour adopter une telle attitude, un parent aura d'abord dû faire un important travail sur lui-même. Il lui aura fallu se familiariser avec l'événement terrible qu'il a vécu et, également, apprendre à trouver les mots pour en parler simplement. Autrement dit, un tel parent aura dû faire ce qu'on appelle dans notre culture "un travail psychothérapique".

Mais une autre question se pose souvent : que faire quand on se sent victime d'un secret ? La réponse est qu'il faut partager ses forces en trois ! Tout d'abord, il est parfois utile de chercher à connaître le secret. Mais, comme il est toujours impossible de savoir si ceux qui nous ont caché quelque chose n'étaient pas eux-mêmes les victimes d'un autre secret – ou du même ! –, il ne faut accuser personne et se contenter de dire : "Il me semble que quelqu'un, un jour, dans notre famille, a caché quelque chose..." Il vaut mieux, aussi, renoncer à connaître la vérité, car on n'est jamais certain d'y parvenir. Ensuite, il est utile de chercher des informations sur l'époque ou la région où nous pensons qu'il a pu y avoir un secret. Beaucoup de secrets, dans les familles, sont en effet communs à une époque, à une zone géographique, ou à une catégorie sociale ou professionnelle. Enfin et surtout, il faut questionner notre mémoire pour y retrouver les moments où nous avons eu l'impression qu'on nous cachait quelque chose : à défaut de connaître le secret (quoique, parfois, cela nous aide à le découvrir), cette recherche nous informe sur la façon dont nous avons tordu notre personnalité sous son influence et peut donc nous éviter de perturber nos enfants avec nos propres troubles. Et puis, à défaut de pouvoir découvrir et raconter le secret qui a pesé sur nous, il est essentiel de leur faire part de nos questions : c'est une autre façon de privilégier l'échange et la confiance sur le silence.

Conclusion

Un secret n'est pas forcément quelque chose qui est caché volontairement. Il peut s'agir aussi d'un événement qu'une personne a vécu, mais dont elle ne veut pas se souvenir et qu'elle essaye de fuir par tous les moyens parce qu'il est trop douloureux pour elle de s'en souvenir. Dans tous les cas, ce qui est déterminant pour un enfant est de grandir avec l'impression d'être tenu à l'écart de quelque chose d'important, pour son parent ou pour lui-même, et d'être condamné à essayer de le deviner en devant faire, en plus, comme s'il n'avait rien vu ! Et c'est là où commence le problème. En effet, comprenant qu'on lui cache quelque chose mais incapable de deviner quoi, il est poussé à lancer son imagination dans des constructions qui, loin de calmer son angoisse, la majorent au contraire bien souvent.

Enfin, la grande majorité des secrets ne sont pas organisés autour d'événements coupables ou honteux. Les fameuses "fautes de nos ancêtres" dont on parle parfois ne sont qu'une source très minime des secrets de famille. La plupart de ces secrets ne sont pas dus à des actes honteux ou coupables, mais à des traumatismes vécus par une génération et incomplètement élaborés par elle. Il peut s'agir de traumatismes privés, comme un deuil, mais aussi collectifs, comme une guerre ou une catastrophe naturelle. Ces événements n'ont pas reçu de mise en forme verbale, mais ils ont toujours été partiellement symbolisés sous la forme de gestes et d'attitudes et, parfois aussi, d'images montrées ou racontées en famille. Ces symbolisations partielles peuvent se traduire par des silences ou des propos énigmatiques, des pleurs ou des colères sans motif apparent, ou encore par des images ou des récits apparemment anodins, mais qui provoquent chez le parent concerné des émotions incompréhensibles. Ce sont elles qui assurent les ricochets des secrets sur plusieurs générations. ■

Le Dr Tisseron est l'auteur de :
Secrets de famille, histoire et mode d'emploi. Paris : éditions Ramsay, 1996.

Imprimé en France - Differdange S.A. 95110 Sannois
Dépôt légal à parution - © Décembre 1984 - Médica-Press International S.A.
Un supplément intitulé *Prescription des médicaments psychotropes* est routé avec ce numéro.